

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna, wędlina drobiowa, sałata lodowa, ogórek świeży, pomidor, bawarka	Muesli z mlekiem, pieczywo pszenno-żytnie, kremowy twarożek z jogurtem i szczypiorkiem, świeży ogórek, wędlina, herbata miętowa	Pieczywo mieszane, pasta z soczewicy z marchewką, dżem brzoskwiniowy, ogórek kiszony, kakao	Owsianka na mleku z miodem i rodzynkami, pieczywo pszenno-żytnie, jajko gotowane, papryka świeża, pomidor, herbata ziołowa	Ryż na mleku, pieczywo mieszane, pasta z tuńczyka z ogórkiem kiszonym, wędlina drobiowa, rzodkiewka, sałata
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Jabłko	Słupki kolorowych warzyw	Jogurt z owocami	Wafle ryżowe z powidłami	Arbuz
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami ziołowymi, pierogi leniwe z jogurtem naturalnym, kompot owocowy	Rosół z makaronem, pulpety wieprzowe w sosie koperkowy, ziemniaki gotowane, surówka z białej kapusty, kompot owocowy	Zupa gulaszowa z makaronem, naleśniki z twarożkiem i musem jabłkowym, kompot owocowy	Zupa pomidorowa z ryżem, rolada wieprzowa ze szpinakiem pieczona w sosie beszamelowym, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszonej, kompot owocowy	Zupa buraczkowa, makaron świderki z sosem dyniowo-warzywnym i cieciorą, kompot owocowy
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Kasza jaglana z musem ananasowo - brzoskwiniowym	Budyń czekoladowy	Koktajl truskawkowy	Ciasto marchewkowe	Kisiel wiśniowy